

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс горячий завтрак</u>			
ЭЦ-583, Б-22, Ж-33, У-49, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, К-238, Са-228, Mg-39, P-334, Fe-1	.150/26	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	121-59
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-74
ЭЦ-389, Б-7, Ж-15, У-57, Вит.РР-1, Na-264, К-90, Са-16, Mg-11, P-62, Fe-1	.100	<i>Булочка Дорожная</i>	14-35
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-32
ЭЦ-1056, Б-30, Ж-48, У-127, Вит.С-1, Вит.РР-2,			143
<u>5-11 класс горячий завтрак</u>			
ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Са-98, Mg-69, P-154, Fe-2	.250/10/6	<i>Рассольник Домашний с цыпл,</i>	35-22
ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5182, К-133, Са-67, Mg-16, P-52, Fe-1	.100	<i>Котлета мясная</i>	75-45
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/25	<i>Картофельное пюре с нарезкой из св.</i>	45-93
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	<i>Компот из сухофруктов</i>	5-08
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-32
ЭЦ-1023, Б-39, Ж-44, У-118, Вит.А-11, Вит.С-			165
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<i>Яйцо отварное</i>	16
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-90	.200/9	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	33-11
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-66, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	10-04
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	29-59
ЭЦ-178, Б-5, Ж-9, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-3, Na-629, К-619, Са-79, Mg-55, P-123, Fe-2	.200/10/6	<i>Рассольник Домашний с цыпл,</i>	30-26
ЭЦ-583, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, К-238, Са-228, Mg-39, P-334, Fe-1	.150/26	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	121-59
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-74
ЭЦ-389, Б-7, Ж-15, У-57, Вит.РР-1, Na-264, К-90, Са-16, Mg-11, P-62, Fe-1	.100	<i>Булочка Дорожная</i>	14-35
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-32
ЭЦ-1844, Б-59, Ж-79, У-225, Вит.А-7, Вит.С-30,			262
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<i>Яйцо отварное</i>	16
ЭЦ-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-153, Mg-18, P-113	.250/15	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	47-54
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-66, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	10-04
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/23	<i>Бутерброд с сыром</i>	33-54
ЭЦ-32, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	<i>Сок Фруктовый</i>	29-88
ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Са-98, Mg-69, P-154, Fe-2	.250/10/6	<i>Рассольник Домашний с цыпл,</i>	35-22
ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5182, К-133, Са-67, Mg-16, P-52, Fe-1	.100	<i>Котлета мясная</i>	75-45
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/25	<i>Картофельное пюре с нарезкой из св.</i>	45-93
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	<i>Компот из сухофруктов</i>	5-08
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-32
ЭЦ-1798, Б-65, Ж-68, У-232, Вит.А-13011,			302
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<i>Яйцо отварное</i>	16
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-90	.200/8	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	30-70
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-66, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	10-04
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	3-26
ЭЦ-590, Б-20, Ж-17, У-90, Вит.С-2, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав.производством

